



## PORQUÊ VACINAR OS SEUS FILHOS?

### **Porque falamos sobre a vacinação?**

A vacinação é uma história de sucesso para a saúde da população: reduziu a mortalidade infantil, erradicou a varíola, eliminou a poliomielite, a difteria, a rubéola e o tétano neonatal e permitiu controlar tantas outras doenças, como o sarampo.

O nosso programa de vacinação é um motivo de orgulho nacional, e ainda que não sendo obrigatório, atinge taxas de cobertura vacinal muito elevadas, superiores a 90%, garantido a saúde de todos.

### **O que é uma vacina?**

Uma vacina é uma preparação de antigénios (partículas estranhas ao organismo, tais como parte ou o próprio microrganismo morto ou inativado) que, ao ser administrada a um indivíduo estimula o seu sistema imunitário a produzir anticorpos (células de defesa), dando origem a uma resposta protetora e específica para um ou mais agentes infecciosos.

### **As vacinas são seguras?**

Sim. Todas as vacinas autorizadas no mercado europeu são seguras, eficazes e têm elevada qualidade, tendo sido testadas em milhares de pessoas antes de serem comercializadas.

As reações mais frequentes às vacinas são ligeiras, como a febre e o inchaço, dor e vermelhidão no local da injeção. No entanto, qualquer vacina, como todos os medicamentos, muito excecionalmente, podem provocar reações graves. Porém, este tipo de reações é raro e muito inferior às complicações que podem surgir das doenças contra as quais elas protegem. Por este motivo, e como prevenção, é aconselhada a permanência no local de vacinação por 30 minutos após a administração de qualquer vacina.

### **As vacinas têm mercúrio e outras substâncias tóxicas na sua composição?**

A presença de um composto derivado do mercúrio nas vacinas preocupa os cuidadores. Nos constituintes das vacinas pode encontrar-se o timerosal. É um conservante universal presente em algumas vacinas, que permite a sua preservação e é à base de mercúrio. Nas vacinas existe em quantidades ínfimas, não nocivas para a saúde, é facilmente eliminado e não se acumula no organismo.

Existem pelo menos outros dois constituintes presentes nas vacinas que têm levantado preocupações: o formaldeído e o alumínio. Também para estes, a quantidade presente foi considerada segura.



## **A vacinação aumenta o risco do meu filho ter autismo?**

Há o mito que as vacinas causam autismo. Sim, é um mito, as vacinas não causam autismo. O medo generalizado de que as vacinas aumentem o risco de autismo surgiu em 1998, após a publicação numa revista conceituada de um manuscrito fraudulento, já retirado dos seus arquivos. Vários estudos vieram provar que esta associação entre o autismo e as vacinas não existe.

## **Porque devo vacinar o meu filho?**

As vacinas protegem as crianças contra doenças potencialmente graves. Essas doenças podem ter complicações ou sequelas dramáticas, podendo mesmo ser fatais. Atualmente algumas dessas doenças são muito raras e muitas pessoas desconhecem a sua gravidade, porém, isso advém exatamente da vacinação.

Assim, há dois motivos principais para vacinar: 1) a proteção individual (só está protegido quem tem a vacina em dia, como a vacina contra o tétano) e 2) a proteção da comunidade ou também chamada imunidade de grupo (quanto maior a proporção de pessoas vacinadas, menor a circulação do microrganismo causador da doença, protegendo indiretamente as pessoas não vacinadas).

A Organização Mundial da Saúde apresenta sete razões que justificam a importância da vacinação:

1. As vacinas salvam vidas;
2. A vacinação é um direito básico de todos os cidadãos;
3. Os surtos de doenças evitáveis pelas vacinas são ainda uma séria ameaça para todos
4. As doenças podem ser eliminadas e controladas;
5. A vacinação é custo-efetiva;
6. As crianças dependem do sistema de saúde dos respetivos países para terem acesso à vacinação gratuita e segura;
7. Todas as crianças devem ser vacinadas para se conseguir controlar uma doença.

## **Tenho lido na *internet* que as vacinas são mais prejudiciais do que benéficas para os meus filhos, é verdade?**

Não. As vacinas salvam vidas. Os efeitos secundários graves das vacinas, que são raros e estão identificados, são muito inferiores aos danos causados pelas doenças contra as quais essas vacinas protegem.

Temos assistido nos últimos anos, a doenças já controladas e eliminadas pela vacinação a reaparecerem em surtos (p. ex. o sarampo), refletindo falhas em vários países em conseguir uma percentagem elevada de pessoas vacinadas.

## **É obrigatório ter as vacinas atualizadas?**



O nosso programa é universal, gratuito e acessível a todas as pessoas presentes em Portugal.

O seu cumprimento legal não é obrigatório, à exceção da vacina contra o tétano e difteria. No entanto, é um direito do cidadão e as crianças devem cumprir a vacinação recomendada.

### **Bibliografia:**

1. Leça A, Calé E, Freitas G, Castelão I, Valente P, Fernandes T. (2015) *Perguntas frequentes sobre vacinação*. Acedido em: 20.09.2020, em: <https://www.dgs.pt/ficheiros-de-upload-2013/vacinacao-perguntas-e-respostas-pdf.aspx>
2. *Vaccines: The Basics*. Centre for Disease Control and Prevention. Acedido em: 20.09.2020, em: <https://www.cdc.gov/vaccines/vpd/vpd-vac-basics.html>
3. *Vaccines and imunization*. World Health Organization. Acedido em: 20.09.2020, em: [https://www.who.int/health-topics/vaccines-and-immunization#tab=tab\\_1](https://www.who.int/health-topics/vaccines-and-immunization#tab=tab_1)
4. *Respuestas a Preguntas frecuentes sobre vacunas*. Comité Asesor de Vacunas de la AEP. Acedido em: 20.09.2020, em: <https://vacunasaep.org/familias/preguntas-y-respuestas>

Texto elaborado para o Portal C&F, SPP 2020.10.24

Ana Sofia Simões, Interna da Formação Especializada de Pediatria

Hospital Pediátrico, Centro Hospitalar e Universitário de Coimbra, Coimbra

Orientado por

Mónica Braz, Pediatra

Hospital CUF Descobertas